



Рука развивает мозг

Психологи отмечают, что умственные способности ребенка начинают формироваться очень рано и не сами собой, а по мере расширения двигательной и **ручной** деятельности. Отношение к рукам у человечества всегда было особым.

По рукам судили о здоровье, о положении человека (белоручка или трудяга), его силе, энергичности, профессии (музыкальные руки, рабочие руки), о характере, темпераменте (флегматичные или быстрые, нервные руки).



Одним из показателей и условий хорошего физического и нервно-психического развития ребенка является развитие его руки, кисти ручных умений или, как принято называть мелкой пальцевой моторики.



Наши руки не для скуки

степени развития руки



Рука изучает предметы ближайшего окружения



Рука открывает главные «тайны окружающего мира»



Рука делает то, что задумала голова



Рука в постоянном движении, в работе



Рука помогает ответить на вопросы «почемучек»



Рука готовится к школе

Проверьте развитие пальчиков своего ребенка

Диагностика детей 4-х лет.

1. «Пальчик с носиком здороваются»

После предварительного показа задания ребенку предлагается закрыть глаза и коснуться указательным пальцем правой руки: а/ кончика носика; б/ мочки левого уха.

Задание повторяется в той же последовательности другой рукой.

Оценка-вывод. Правильно выполненное задание-норма; если ребенок допускает неточности (дотрагивается до середины или верхней части носа, уха), это свидетельствует о незрелости его координационных механизмов и несоответствии возрастной норме.

2. «Уложи монеты в коробку».

На стол ставится картонная коробка размером 10х10 см, перед которой на расстоянии 5 см раскладываются в беспорядке 20 монет(жетонов, пуговиц) диаметром 2 см. По сигналу взрослого ребенок должен уложить как можно быстрее все монеты по одной в коробку.

Задание выполняется поочередно левой и правой рукой.

Оценка – вывод. Нормой считается правильность и время выполнения: для ведущей руки-15 секунд, для другой- 20 секунд.

3. «Нарисуй пальцами кружочки».

В течение 10 секунд указательными пальцами горизонтально вытянутых вперед рук ребенок должен описывать в воздухе одинаковые круги любого размера(руки движутся в противоположных направлениях).

Оценка-вывод. Задание не выполнено, если ребенок вращает руками одновременно в одну сторону или описывает круги разной величины.

4.«Давай поздороваемся».

(задание на оценку механизмов автоматизации движений ведущей руки).

Взрослый предлагает ребенку протянуть: а/ левую руку для приветствия –«поздороваемся»; б/ сначала правую руку, потом левую; в/ обе руки.

Оценка – вывод. Если ребенок справился с «приветствием»-это норма. На низкий уровень коррекции произвольных действий указывают лишние движения: ребенок сжимает кисть противоположной руки; приподнимает плечи; открывает рот и т.п.

Задания для детей 5 лет.

1. «Скатай шарики»

(оценивается развитие мелкой моторики рук). Ребенку дают лист папиросной бумаги(кальки)

размером 5х5 см и предлагают скатать из нее шарики, но предупреждают: действовать надо одной рукой, вытянув ее вперед, а вторую опустить вниз и не помогать ей. Затем задание выполняется другой рукой.

Оценка-вывод. Нормой для ведущей руки считается 15 секунд, для второй-20 секунд.

2.«Смотай клубок».

(оценивается развитие мелкой моторики рук). Ребенку дают нитку длиной 2 м и катушку (можно заменить любым маленьким цилиндром), на которую надо быстро намотать нитку.

Оценка-вывод. Нормой для ведущей руки считается 15 секунд, для второй-20секунд.

3.« Собери спички в два коробка».

На столе выкладывают два спичечных коробка и по 10 спичек около каждого. Ребенок должен быстро уложить спички двумя руками одновременно в два коробка.

Оценка-вывод. Нормой считается, если задание правильно выполнено за 20 секунд.

Задания для детей 6 лет.

1.«Порази свою цель»

(оценивается точность).

На расстоянии 1,5 м от ребенка вешают цель размером 25х25 см, в которую надо попасть мячом(диаметр 8 см).

Оценка-вывод. Нормой считается попадание в цель.

2. «Разложи на четыре кучки».

Ребенку дают 36 твердых игровых карт(можно использовать карточки лото такого же размера) и просят одной рукой разложить их примерно на четыре одинаковые кучки. Затем то же задание выполняется второй рукой.

Оценка-вывод. Нормой считается, если ребенок справился с заданием за 35 секунд ведущей рукой и за 45 секунд - второй.

Здоровье на кончиках пальцев

Исследования современных физиологов показывают, что имеется тесная связь больших полушарий мозга с нервными окончаниями, заложенными в подушечках пальцев и в кистях рук: утомление мышц рук вызывает торможение центральной нервной системы и наоборот.

Известный японский ученый Йосиро Цуцуми в течение тридцати лет изучал древние манускрипты и современную медицину и в конечном итоге разработал оригинальную методику «сохранения здоровья пальцевыми упражнениями».

Самые простые из рекомендованных им упражнений применяются в обязательном порядке во всех детских садах и школах Японии. Начиная с двухлетнего возраста детей обучают приемами самомассажа кистей рук и пальцев.

1.Массаж пальцев, начиная с большого и до мизинца. Растирают сначала подушечку пальца, затем медленно опускаются к его основанию. Такой массаж желательно сопровождать веселыми рифмовками («приговорками»).

2.Массаж ладонных поверхностей каменными, металлическими или стеклянными разноцветными шариками. По свидетельству археологов, люди играют кремневыми, каменными, мраморными и глиняными шарами многие столетия. Детям предлагаются шарики, которые можно просто вертеть в руках, щелкать по ним пальцами и «стрелять», направлять в специальные желобки и лунки, состязаясь в меткости.

3.Массаж грецкими орехами. Предлагается:

- а) катать два ореха между ладонями;
- б) прокатывать один орех между пальцами;
- в) удерживать несколько орехов между растопыренными пальцами ведущей руки;
- г) удерживать несколько орехов между пальцами обеих рук.

4.Массаж шестигранными карандашами. Грани карандаша легко «укалывают» ладони и активизируют нервные окончания, снимают напряжение. Детей учат пропускать карандаш между одним и двумя – тремя пальцами; удерживать его в определенном положении в правой и левой руке.

5.Массаж «четками». Перебирание «четок» (бус) развивает пальцы, успокаивает нервы. В это время можно считать количество «четок» (в прямом и обратном порядке).